

キッコーマン K C C 食文化と料理の講習会

Joyeux Noël ! フランスの食卓を彩るクリスマス料理
〈YouTubeライブ配信&ホール観覧〉

スモークサーモンのムース

ブーダン・ブラン

鶏のファルシー

スモークサーモンのムース

材料：つくりやすい分量

スモークサーモン	100g
キッコーマン おいしい無調整豆乳	50ml
生クリーム（乳脂肪36%）	150ml
白こしょう	少々
塩	少々
ベビーリーフ	適量
レモン(薄切り)	適量
薄切りのパン(トースト)	適量

<つくり方>

- (1) スモークサーモンと豆乳をフードプロセッサーにかけて細かくする。
- (2) 生クリームを8分立てに泡立て、(1)と合わせる。
- (3) 塩、白こしょうで味をととのえ、スプーンでクネル状にして器に盛りつける。
- (4) ベビーリーフとレモン、薄切りのパンを添える。

ブーダン・ブラン

材料：4本分

豚バラ肉・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 75g

鶏むね肉(皮なし)・・・・・・・・・・・・ 75g

卵・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1個(50g)

塩・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4g

白こしょう・・・・・・・・・・・・・・・・ 0.5g

ナツメグ・・・・・・・・・・・・・・・・ 少々

にんじん (みじん切り)・・・・・・・・ 5g

エシャロット (みじん切り)・・・・ 5g

ねぎ (みじん切り)・・・・・・・・・・・・ 5g

A セロリ (みじん切り)・・・・・・・・ 3g

パセリの茎・・・・・・・・・・・・ 2g

あればクローブ、タイム、ローリエ・・・・ 各少々

キッコーマン おいしい無調整豆乳・・・・ 100ml

コアントロー・・・・・・・・・・・・ 小さじ1/2

バター(無塩)・・・・・・・・・・・・ 小さじ1/2

サラダ油・・・・・・・・・・・・ 小さじ1/2

つけ合わせ

じゃがいものソテー・・・・・・・・ 適量

<つくり方>

- (1) 鍋にバターを溶かし、Aの材料と塩少々（分量外）を加え、しんなりするまで色をつけないように炒める。
- (2) 豆乳を加えて15分ほど弱火で煮出したら、火を止めて濾し、コアントローを加える。
- (3) 豚バラ肉と鶏むね肉は細かく刻み（ひき肉器にかけてもよい）冷やしておく。
フードプロセッサーに塩とともに入れて回し、さらに細かくする。
- (4) 卵を加えて回し、白こしょう、ナツメグを加え、(2)を60℃位に温めて少しずつ加えながら、さらになめらかになるまで回す。
- (5) (4)を取り出して2等分にし、ラップで棒状に包み、中央で2等分にする。
それをもう一度、それぞれをラップで包み、4本つくる。
- (6) (5)を80℃の湯で15分ほどゆで、冷ましておく。
- (7) フライパンにバター(分量外)とサラダ油を入れて、ラップをはがした(6)を、焼き色がつくように焼く。
- (8) 皿に(7)とつけ合わせのじゃがいものソテーを盛りつける。

参考：マスタードクリームソース**材料：**

エシャロット（みじん切り）	大さじ1
バター(無塩)	小さじ1
ブイヨン（チキン）	50ml
生クリーム	少々
マスタード（ディジョン）	大さじ1/2
粒マスタード	大さじ1/2
塩	小さじ1/4
白こしょう	少々

<つくり方>

- (1) エシャロットをバターで炒め、ブイヨンを加えてやわらかくなるまで蒸し煮にする。
- (2) 生クリームとマスタード、粒マスタードを加えて混ぜ合わせ、仕上げに塩、白こしょうで味をととのえる。

鶏のファルシー

材料：4~5人分

鶏もも肉	2枚（約550g）
キッコーマン いつでも新鮮 しぼりたて生しょうゆ	小さじ1強
鶏ひき肉	80g
しめじ（7mm幅に切る）	1パック（50g）
玉ねぎ（みじん切り）	1/4個
甘栗	6個
サラダ油	小さじ2
塩	小さじ1/4
白こしょう	適量
バター（無塩）	大さじ2
ゆでたブロッコリーやミニトマトなど	適量

<つくり方>

- (1) 鶏もも肉は余分な脂を取り除き、厚みを均一にするように切り開く。身側にしょうゆをぬり、白こしょう少々をふってしばらくおく。（均一にするために切り取った肉はたたいて(3)に加える）
- (2) フライパンにサラダ油を入れて熱し、しめじと玉ねぎ、塩を加えしんなりするまで中火でよく炒め、粗熱を取る。
- (3) ボウルに(2)、鶏ひき肉、(1)で切り取って余った肉、白こしょう少々を加えてよく混ぜる。
- (4) (1)の鶏もも肉を広げ、キッチンペーパーなどで水分をふき取り、皮を下にしてまな板の上におく。
- (5) 鶏もも肉1枚に2等分にした(3)のをのせて、甘栗を芯にして巻き、3カ所をつま楊枝でとめるか、たこ糸を巻く。もう1枚も同様につくる。
- (6) (5)の表面にバターをぬり、耐熱容器に並べ入れ、230℃に熱したオーブンで10分焼いたら、200℃にして25分焼く。
- (7) (6)を5分ほど休ませてから、つま楊枝またはたこ糸を取り、切り分ける。
- (8) 器に(7)を盛りつけ、ゆでたブロッコリーやミニトマトを添える。